

SURF.ART



UM PROJETO PRESSLEY RIDGE

Um olhar atento sobre as nossas crianças

Abril convida-nos a parar um pouco e a olhar com mais atenção para a infância.

É o mês da prevenção dos maus-tratos infantis. Um tema difícil, sim. Mas também uma oportunidade importante para refletir sobre o papel que todos temos na vida das crianças. Porque proteger uma criança não é só evitar o que lhe faz mal, é também garantir aquilo de que precisa para crescer de forma saudável! Tempo; Escuta; Presença; Afeto.

Coisas simples, mas que fazem toda a diferença.

No meio das rotinas apressadas, dos dias cheios, é fácil perdermos pequenos sinais. Um comportamento diferente, um silêncio mais prolongado, uma reação inesperada. Às vezes, é aí que uma criança está a tentar comunicar connosco.

E nem sempre precisa de respostas imediatas. Muitas vezes, precisa só de espaço para ser ouvida e acolhida! Ter alguém que se preocupe com aquilo que sente e pensa.

Falar de prevenção é também isto:

- Estarmos disponíveis.
- Repararmos.
- Levarmos as crianças a sério.

E lembrar-nos que não temos de ser perfeitos para cuidar bem, mas que a consistência, a atenção e a forma como nos relacionamos com as crianças deixam marcas e das boas.

Neste mês, fica o convite:

Abrandar um pouco, observar mais, escutar com intenção. Porque, muitas vezes, é nas pequenas coisas do dia a dia que se constrói um lugar seguro para crescer.



Saiba mais em:



www.pressleyridge.pt



<https://www.terapiasurf.art>



@terapia_surfart